

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anggota gerak pada manusia merupakan anggota gerak yang sangat penting sepanjang daur kehidupan manusia, baik anggota gerak atas maupun anggota gerak bawah. Anggota gerak atas yang terdiri dari bahu, siku, pergelangan tangan dan jari-jari merupakan salah satu alat gerak utama untuk bekerja sepanjang daur kehidupan. Dari sejak lahir hingga lansia lengan sangat membantu kita melakukan hal-hal yang kita ingini seperti makan minum, mandi, mengangkat atau mengambil benda, mengendarai motor dan lain sebagainya. Oleh karena itu jika lengan atau siku seseorang sakit, aktifitas dalam kehidupannya akan sangat terganggu, misalnya aktifitas sebagai ibu rumah tangga di rumah seperti memasak, mencuci, menyapu dan lain sebagainya. Atau seorang petenis yang harus berlatih atau bertanding ia akan sangat memerlukan lengannya.

Gangguan sendi siku merupakan salah satu gangguan yang sering terjadi dan sangat mengganggu aktifitas. *Tennis elbow* atau *epicondylitis lateralis* salah satu gangguan siku yang paling sering diderita oleh orang yang suka bermain tenis. Tetapi tidak menutup kemungkinan orang yang tidak pernah bermain tenis pun dapat terkena cedera ini. Prevalensi atau angka kejadian yang ada di dunia, tennis elbow dialami 1% hingga 3% penduduk secara keseluruhan dan sebanyak 50% dari pemain tenis selama mereka berkarir, seringkali diderita oleh pria dibandingkan dengan wanita (Mardiman, 2002).

Tennis elbow merupakan salah satu kondisi dimana sendi siku bagian luar terasa nyeri akibat peradangan atau iritasi pada tempat melekatnya tendon ekstensor carpi radialis pada epicondylus humeri (Dorland, 1998). Keadaan tersebut sering terjadi pada pemain tenis tetapi tidak sedikit juga keadaan tersebut di alami oleh ibu rumah tangga dan juga montir. Pekerjaan yang memerlukan gerak memutar ke arah luar pada lengan bawah seperti mencuci, menyapu, mengepel, memutar obeng dan lain sebagainya, jika dilakukan oleh seseorang secara terus-menerus mengakibatkan trauma pada sendi siku sehingga terjadi peradangan atau inflamasi pada tendon ekstensor epicondylus lateralis (Sidharta, 1984). Meskipun keadaan tersebut tidak membahayakan bagi penderita tetapi keadaan tersebut dapat sangat mengganggu aktifitas sehari-hari karena nyeri pada permukaan luar sendi siku tersebut dapat menyebabkan penurunan kekuatan otot lengan akibat nyeri yang dialami. Para penderita tennis elbow biasanya ditemukan pada kelompok usia antara 35 tahun sampai 55 tahun. Pada orang-orang yang berusia lebih dari 60 tahun atau berusia 30 tahun jarang dijumpai kasus tersebut, meskipun dalam segala usia dapat terserang (De Wolf, 1999).

Penyebab yang paling umum adalah penggunaan yang berlebihan (*overuse*) pada otot-otot lengan bawah, tetapi dapat juga karena benturan langsung pada sisi lateral siku. Penyebab yang pasti tidak diketahui, tetapi keadaan itu mungkin adalah tendinitis kronis pada origo otot ekstensor komunnis, Seperti tendinitis supraspinatus, siku tenis mungkin mengakibatkan robekan kecil, metaplasia fibrokarila ginous, pengapuran mikroskopik dan reaksi vaskular yang nyeri pada serabut tendon yang dekat dengan epikondilus lateral (Apley & Solomon, 1995).

Fisioterapi sangat berperan penting dalam pemulihan gerak dan fungsional pada kasus tennis elbow ini. Problematika fisioterapi pada kasus tennis elbow meliputi impairment atau sebatas kelemahan yang dirasakan misalnya adanya nyeri di sekitar sendi siku, dan penurunan kekuatan otot lengan. Problematika selanjutnya ialah functional limitation atau fungsi yang terbatas misalnya keterbatasan fungsi dari sendi siku untuk mencuci, menyapu, mengepel lantai, mengangkat barang berat dan lain sebagainya. Fisioterapi dalam mengatasi problematika diatas dapat menggunakan salah satu modalitas fisioterapi yaitu ultra sound dan terapi latihan.

Berdasarkan uraian tersebut diatas penulis mempunyai keinginan untuk mengetahui lebih dalam tentang kasus *tennis elbow* dan memperoleh gambaran mengenai manfaat *ultra sound* dan terapi latihan dalam mengurangi nyeri, mengurangi spasme otot dan meningkatkan kekuatan otot. Sehingga penulis mengangkat judul karya tulis ilmiah penatalaksanaan terapi dengan *ultra sound* dan latihan pada kasus *tennis elbow dextra dan sinistra*.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada KTI ini adalah :

1. Bagaimanakah terapi latihan dan *ultra sound* dapat mengurangi nyeri pada kondisi *tennis elbow bilateral*.
2. Bagaimanakah terapi latihan dan *ultra sound* dapat meningkatkan LGS pada kondisi *tennis elbow bilateral*.

C. Tujuan

Tujuan yg ingin dicapai dalam penulisan karya ilmiah ini adalah :

1. Untuk mengetahui manfaat terapi latihan dan *ultra sound* dapat mengurangi nyeri pada kondisi *tennis elbow bilateral*.
2. Untuk mengetahui manfaat terapi latihan dan *ultra sound* dapat meningkatkan LGS pada kondisi *tennis elbow bilateral*.